

CHIAROSCURI DELLA BELLEZZA
Sguardi sul processo artistico e terapeutico

A cura di Roberto Boccalon,
Rosaria Mignone e Cristina Principale



I quaderni di PsicoArt

Vol. 4, 2014

Chiaroscuri della Bellezza. Sguardi sul processo artistico e terapeutico

A cura di Roberto Boccalon, Rosaria Mignone e Cristina Principale

ISBN - 978-88-905224-3-7

Editi da *PsicoArt - Rivista on line di arte e psicologia*

Università di Bologna

Dipartimento delle Arti Visive

Piazzetta Giorgio Morandi, 2

40125 Bologna

Collana AMS Acta AlmaDL

diretta da Stefano Ferrari

www.psicoart.unibo.it

psicoart@unibo.it

Indice

- 5 Roberto Boccalon, Rosaria Mignone
Premessa
- 13 Cristina Principale
Nota
- 15 Mimma Della Cagnoletta, Rosa Maria Govoni
La storia di un'idea
- 35 Marilyn LaMonica
Psychic Balance and Aesthetic Balance
- 49 Marc Erismann
Chiaroscuro – A Psycho-Esthetic Category?
- 75 Stefano Ferrari
Bellezza e sessualità a partire da Freud
- 91 Mili Romano
Con la Public Art verso spazi di nuova identità
- 103 Antonella Adorisio
Mysterium – Una preghiera poetica, testimonianze sulla coniunctio corpo/spirito
- 113 Luisa Fantinel
*Le radici biologiche della bellezza nella specie umana.
Rispecchiate, o meno, dalle estetiche metafisica e cinese*
- 131 Marcia Plevin
Gateways of Transformation: from Authentic Movement to Performance
- 143 Sandra Masato
INTRAMA
- 157 Adriana Falanga, Vanni Quadrio
*Il linguaggio dell'arte e lo straniero che è in noi.
La bellezza possibile tra luci e ombre*
- 173 Luisa Bonizzato
*Le avventure di Sven.
Un'esperienza di arte terapia con un gruppo di ragazzi*

- 189 Roberta Sorti
*Danzare la vita e la morte:l'esperienza numinosa della bellezza
in un processo di gruppo di danza movimento terapia*
- 201 Barbara Arrigo
*Bellezza e/custodia: la bellezza come possibilità di custodia nel contesto
dell'istituzione carceraria*
- 215 Giovanna Tonioli
Margherita e la Venere del Tiziano
- 233 Simonetta Cianca
Interruzione nella continuità dell'essere
- 253 Gabriella Cinà, Simona Italia
*Teatri dell'anima. Laboratori di Arte Terapia all'interno dei gruppi di ricerca
del CIPA Meridionale*

Teatri dell'anima. Laboratori di Arte Terapia all'interno dei gruppi di ricerca del CIPA Meridionale

Nel 2011 il C.I.P.A. (Centro Italiano di Psicologia Analitica) Istituto per il Meridione e la Sicilia inizia un progetto che vede la nascita di gruppi di ricerca denominato: "Teatri dell'Anima". Tali gruppi, attraverso l'esplorazione di diversi linguaggi fra cui quello artistico, permettono agli analisti e agli analisti in formazione di riflettere sulla pratica clinica e di confrontarsi in un'ottica di integrazione e condivisione. Il gruppo che si è occupato del linguaggio artistico si è mosso fra Palermo e Catania, all'insegna della collaborazione, attraverso un percorso laboratoriale arte terapeutico. I due progetti paralleli hanno riguardato a Palermo la pittura di paesaggio orientale, a Catania il tema "Luci ed Ombre". Tali esperienze saranno raccontate, con uno speciale ringraziamento a tutti coloro che hanno reso possibile un clima di sperimentazione e trasformazione.

1 - Primavera, Estate, Autunno, Inverno... e ancora Primavera. La pittura di paesaggio orientale come espressione della solitudine creativa per il terapeuta

La riflessione da cui parte l'idea di questo laboratorio è quella sulla solitudine come risorsa e possibilità di passaggio, dal senso d'impotenza alla solitudine evolutiva, attraverso il processo creativo. Il sentirsi soli è presente, nell'ottica psicologica, o come espressione di un sentimento triste collegato alla perdita, al rifiuto e all'isolamento, o come uno stare con se stessi che sviluppa l'interiorità e prepara la creatività, la nascita del nuovo.

Nell'ottica psicoanalitica la distinzione tra solitudine "triste" e "serena", si ritrova nelle contrapposte posizioni teoriche di Melanie Klein (solitudine depressiva) e di Donald Winnicott (solitudine evolutiva). Sentirsi soli, sia serenamente, sia tristemente è evento importante nella relazione analitica e accade sia al terapeuta, sia al paziente.

Il concetto di solitudine, spesso, si muove nell'immaginario accanto a quello di vuoto, da qui la riflessione sull'arte orientale come *input* sulla possibilità di sperimentare il vuoto come passaggio e senso concreto nel processo creativo dell'analista. Per definire tutto ciò diviene essenziale fare un passo indietro alla dimensione concreta della percezione visiva. La prima operazione che compiamo nel percepire, difatti, è distinguere le forme dallo spazio vuoto intorno e fra esse. Nel disegno lo sfondo è detto spazio negativo, mentre il pieno delle forme spazio positivo. Se proviamo a concentrare l'attenzione sugli spazi vuoti, noteremo che anch'essi hanno una forma, sebbene non riconducibile a qualcosa di conosciuto. Le forme senza nome degli spazi vuoti, hanno l'effetto di ampliare la consapevolezza delle relazioni spaziali nel campo visivo tra le parti e la totalità del volume, delle forze e tensioni visive appartenenti alle gestalt e agli spazi vuoti.¹ Il formato dell'immagine condiziona la composizione e la superficie sul modo in cui l'artista distribuisce gli elementi; nella prima infanzia si è molto sensibili al formato e alla sua importanza per la distribuzione di forme e spazi, le composizioni appaiono quasi perfette, tale capacità si attenua nel tempo man mano che l'emisfero sinistro del cervello concentra la sua attenzione su singoli oggetti, sostituendosi alla visione globale del mondo, in cui anche gli spazi vuoti sono importanti.²

I vuoti e gli sfondi però (in Caravaggio ad esempio) permettono una riflessione sulla struttura, prima ancora del significato di un'immagine e se facciamo un breve cenno agli approcci all'immagine della Watkins, comprendiamo meglio.³

L'autrice individua un approccio alle immagini approfondite, l'immagine che emerge è il miglior modo possibile di rappresentare significati non ancora conosciuti. Se riflettiamo sul metodo indiretto, forma e vuoti hanno gli stessi contorni. Se si prova a disegnare lo spazio intorno ad un oggetto, si disegna l'oggetto stesso, ciò può essere una metafora della relazione terapeutica. Archipenko in *L'arte e l'universo* narra che i propri genitori comprarono due vasi; avvicinandoli, l'artista si accorse dell'esistenza di un terzo vaso immateriale, formato dal vuoto.⁴ Nelle sue sculture allora, sostituisce il concavo al convesso, simboleggiando gli oggetti che non ci sono, psicologicamente positivo e negativo hanno forza identica e la loro pola-

rità è destinata a diventare unità, riprendendo le parole di Moore: "Un buco in un blocco è una rilevanza, scolpire l'aria è possibile". Continuando sul valore dello spazio vuoto, Henri Matisse analizzando l'arte orientale sostiene che il disegno dei vuoti attorno alle foglie, conti quanto il disegno delle foglie stesse, per cui fuggendo dall'immagine abituale dell'oggetto disegnato, ci s'identifica con esso. In arte terapia, il terapeuta come l'artista, deve interrogare la materia e il suo dialogo tra qualità estetiche e psicodinamiche. Facendo riferimento al primo oggetto di cui facciamo esperienza, la madre, e i vissuti relativi a tale relazione, è importante considerare come tutto ciò possa riattualizzarsi nel contatto con i materiali artistici, evocando anche il confronto con il piacere o la frustrazione. Per le loro qualità i materiali richiamano i contenuti corporei, sottolineando l'aspetto sensoriale regressivo, ma soprattutto comunicativo, Arthur Robbins definisce i materiali come un'estensione dell'*holding environment*, strumenti che permettono il passaggio da materia a forma, a forma nello spazio, a percorso evolutivo.⁵ Nell'arte orientale il vuoto non è concetto astratto, ma disposizione di spirito preliminare a ogni attività artistica, fulcro della meditazione è il respiro come consapevolezza dell'essere, purificazione della coscienza, alternanza di vuoti e pieni. Guardare un oggetto nella sua condizione naturale al di là dell'atteggiamento classificatorio della parola, porta a una non dualità tra osservatore e osservato, a un avvertire le cose da dentro. Da Liu Ching-Hsi, *Lascito poetico del vecchio signore della montagna Chi*:

I dotti del tempo antico dicevano che la mente è originariamente vuota e che solo per questo può rispondere alle cose naturali senza pregiudizi. Solo la mente vuota può rispondere alle cose della Natura. Sebbene ogni cosa risuoni con la mente, la mente dovrebbe essere come se non avesse mai avuto risonanza, e le cose non dovrebbero rimanervi. Tutte le cose siano belle o brutte si riflettono in uno specchio ed esso non si rifiuta e non trattiene alcunché.⁶

Vuoto non è assenza della mente, ma assenza di pregiudizi, fare spazio. Ancora Hé Yong ci supporta in questa riflessione:

Coloro che hanno talento per la pittura vivranno a lungo poiché la vita creata dallo sfregamento del pennello rafforza la vita stessa. Entrambe emanano il Chi energia vitale, ma per creare la vita bisogna comprendere il LI l'ordine e l'armonia.⁷

C'è una correlazione tra complementarità dello spazio e alternanza del tempo, la dialettica fra pieno e vuoto. In un dipinto orientale testo e disegno sono entrambi pittura, non solo per affinità formali, ma perché identici sono gli strumenti usati, lo spazio e i movimenti compiuti. La pittura orientale richiede quattro virtù: precisione nel dosaggio del tratto; regolarità dell'espansione del pennello; forza e decisione senza sbavature; energica elasticità. Tali virtù permettono di realizzare il vuoto produttivo della carta, la nebbia, il lago; l'artista deve coltivare la capacità di non mostrare tutto nella rappresentazione, perché il mistero e il soffio del dipinto possano rimanere intatti. Essenziale in una riflessione del genere, appare il capitolo della fruizione dell'opera, proprio perché alla base del lavoro/laboratorio proposto. Il *makimono*, rotolo pittorico orientale, difatti esemplifica lo srotolamento, la natura dei dipinti che nascono dal movimento. Se il rito dell'allestimento e della preparazione del materiale richiede assoluta calma, l'esecuzione è rapida e lascia impronte indelebili. In Giappone esistono per tradizione sette discipline che presuppongono e coltivano consapevolmente, ciascuna secondo il suo carattere particolare, un atteggiamento spirituale. Il tiro con l'arco, l'arte della spada, la composizione di *haiku*, il teatro *Nō*, la cerimonia del tè, la pittura a inchiostro e l'arte di disporre i fiori (*ikebana*). François Jullien spiega come e perché, secondo la tradizione orientale, chi voglia rappresentare la realtà vera delle cose non possa ingabbiare un paesaggio in una raffigurazione perfettamente mimetica: non esiste la natura morta, essa è viva e in continuo movimento.⁸ La "grande immagine" cioè quella che avvicina sia chi dipinge sia chi osserva alla verità intima delle cose, è quella che non ha forma, che riesce a rimanere aperta e disponibile a tutte le forme possibili. Un pittore dipinge il mondo emergendo/immergendosi, emergendo dalla confusione originaria o ripiombando in essa, tra il "c'è" (*you*) e il "non c'è" (*wu*). Per comprendere meglio tale pensiero, il tema delle stagioni, oggetto del laboratorio proposto, appare importante per sancire il passaggio da un sistema estetico occidentale,

a uno più orientale fondato sullo scorrere nel tempo e nello spazio del foglio, di presenze e assenze. Jullien, ci invita a non percepire presenza e assenza come termini disgiunti, ma come elementi del corso delle cose. Dipingendo le stagioni in modo indiziale, affinché appaiano “presenti/assenti”, il pittore non assoggetta più l’immagine attraverso un realismo formale, ma interrompe il tratto, svelando parzialmente.



Fig. 1 - Laboratorio di Arteterapia Primavera.

Invece di costruire una prospettiva in un quadro, un sentiero può scomparire/riapparire, emblema dello svolgersi di un paesaggio in continuo rinnovamento, “ si ottiene così un mondo che non finisce”. Celare più che mostrare, concetto che riportato a un setting terapeutico potrebbe essere letto come, un non rimuovere, o svelare, ma favorire l’intuizione.

Con gli uomini siamo abituati a intuire molto dalle loro mani, moltissimo poi dal viso nel quale come su un quadrante sono visibili le ore che reggono e pesano nel tempo della loro anima. Il paesaggio invece non ha mani, non ha faccia – oppure è solo faccia, e appunto per questa sua grandiosità, per l'incommensurabilità delle linee del suo volto, impressiona e avvilisce l'uomo quasi come quella "apparizione di spiriti" [*Geistererscheinung*] che si vede in un noto disegno del pittore giapponese Hokusai.⁹

I paesaggi delle stagioni si muovono in uno (s)fondo al contempo fondo e sorgente, *fons* e *fundus*, sfruttando le risorse dell'inchiostro e del pennello, essi esplorano l'uscita dal latente.

Per riuscire nella realizzazione di una tale opera occorrono almeno due requisiti fondamentali: dal punto di vista tecnico serve la conoscenza dei trucchi per dare alla pittura lo spirito più vago possibile, ma la condizione imprescindibile è la profondità spirituale di chi dipinge, il suo riuscire a essere interiormente disponibile a lasciarsi attraversare dal vuoto.



Fig. 2 - Laboratorio di Arteterapia Estate.

Pennello e inchiostro hanno un ruolo fondamentale, poiché la produzione pittorica deve avvenire in assoluta assenza della volontà dell'io, deve assomigliare all'accadere dovuto al soffio-energia, all'alternanza di *yin* e *yang*: allora il pennello, penetrante, rappresenta l'elemento maschile dinamico *yang*, mentre l'inchiostro, ricevente, rappresenta l'elemento femminile in quiete *yin*. Appena il polso dell'artista sarà all'unisono con la pulsazione universale egli non deve fare altro che iniziare a dipingere maneggiando i suoi strumenti senza perdere il ritmo; non occorrono occhi per contemplare modelli, una buona pittura dipende dall'intesa tra lo spirito e il polso. Nello zen una pittura di paesaggio aiuta chi la contempla a dimenticarsi di se stesso per entrare in un fluire cosmico in cui il nostro io si dissolve.

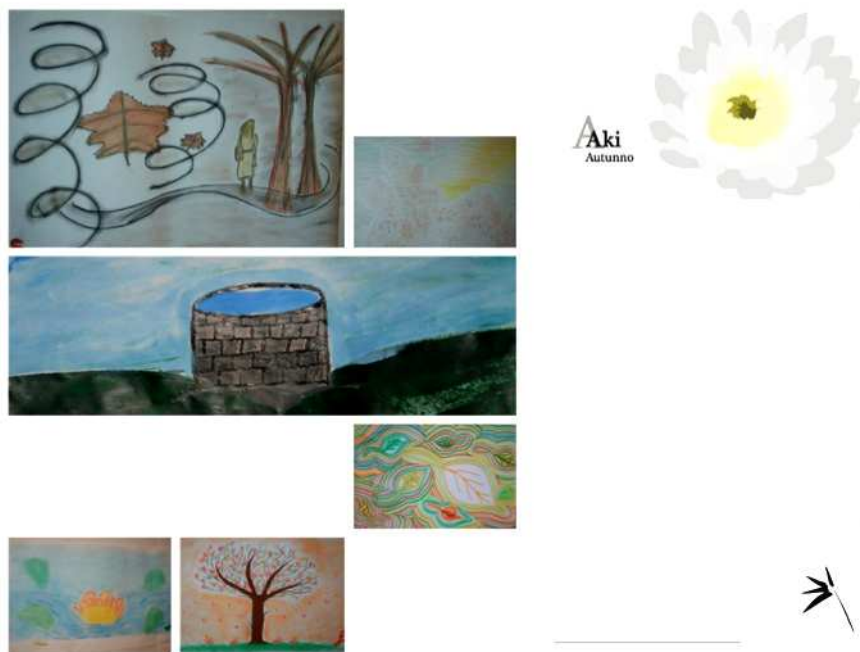


Fig. 3- Laboratorio di Arteterapia Autunno.

A ciò contribuiscono alcune caratteristiche intrinseche, come ad esempio l'abitabilità di un paesaggio che ci proietta direttamente al suo interno; il mutare delle quattro stagioni, che è la rivelazione del-

la vita in movimento, delle trasformazioni di un sistema ciclico di opposizioni e corrispondenze; e poi ancora la presenza del vago, del vuoto, di mille punti di vista che comunicano inesauribile diversità e poi il fatto che la natura è la nostra dimensione vitale essenziale elementare. La bellezza ideale nell'arte orientale è contenuta nel concetto di *shibui*, aggettivo che significa "che lega la lingua e il palato", mangiare una cosa aspra ci toglie il fiato, ma se prima di farci prendere dal disgusto, ci soffermassimo a gustare il resto del sapore, probabilmente scopriremo che in fondo è buono, o comunque particolare. Il fascino di una cosa *shibui* sta proprio in questo suo essere, una bellezza nascosta, da scoprire in ogni aspetto.



Fig. 4- Laboratorio di Arteterapia Inverno.

Possiamo fare riferimento anche al concetto di *Embodiment* per approfondire ulteriormente queste riflessioni. Senso del termine è corporeizzazione, incarnazione, rapporto in cui la psiche è cullata dal corpo. In un'opera sono incorporati materiali, sensi, emozioni, possiamo differenziare forma e materia, forma e significato, ma l'uno dipende dall'altro. Nella lettura di un'immagine non si può scinde-

re l'opera dall'artista, la comprensione si basa sulla capacità del fruitore di saper trovare le connessioni tra il prodotto materiale, l'opera, l'immaginazione e l'intenzionalità dell'artista di comunicare ed esprimere i propri sentimenti. È necessario che il fruitore instauri con l'oggetto artistico un rapporto di tipo interattivo, processo che si basa sul coinvolgimento motivazionale-emozionale del fruitore; sullo sviluppo di un insieme di capacità visive, percettive, e cognitive (conoscenze e competenze). Il senso di un'esperienza su materiali, supporti e vuoti, permette una riflessione sul passaggio dal sensoriale, alla risoluzione formale, alla narrazione simbolica; una lettura che prenda oltre alla dimensione purista dell'arte orientale, quella concreta del rapporto con lo spazio intorno, lo spazio interno e con il ruolo del supporto.¹⁰

In un setting di arteterapia è fondamentale poiché riporta alla funzione della base intesa come punto di partenza del processo evolutivo grafico, come metafora della relazione di attaccamento del bambino alla madre, come rappresentazione della costruzione del sé. A tal fine è fondamentale osservare rispetto ai supporti, la scelta del formato e della tipologia, l'uso, la posizione nello spazio (a parete, a terra, al tavolo). Il supporto è da intendersi come spazio di comunicazione differente in base alle dimensioni. Ogni cosa nel processo terapeutico ha una controparte nel prodotto artistico e questo porta a uno stato di sviluppo del sé che può integrare passato e presente secondo il pensiero di Arthur Robbins. La forma estetica si crea da un processo dinamico, modalità complessa dell'esperienza. In un lavoro sulla pittura orientale e sulla solitudine meditativa, il concetto di "né senza, né dentro, ma fra" proposto da Jullien, ci spiega perché è stato così difficile entrare in un'esperienza di sospensione del giudizio. Un'immagine non deve farci abbandonare il concreto privandocene, né sprofondare in esso, ma stare "fra", in modo da lasciarlo evolvere liberamente (spiritualmente). Operando fra i poli dello *yin* e *yang*, il pittore procederà "prendendo-restituendo" (*qu-yu*). Paesaggio in cinese si dice *shan-shui*, ovvero "montagna-acqua", termine che ingloba l'essenza dell'alto e del basso, del verticale e dell'orizzontale, del solido e del liquido, dualità che parla degli infiniti scambi possibili e passaggi di stato. Solo la persona creativa non teme la solitudine costruttiva che avrà il do-

minio sulle emanazioni produttive della sua mente secondo Frieda Fromm-Reichmann, così, il contatto con lo spazio di silenzio creativo è per un terapeuta occasione di rovesciamento della prospettiva.¹¹

Ne *I Tre Capelli d'Oro* Clarissa Pinkola Estes, non ci porta in una storia di salvezza, il sole di cui parla forse non si riferisce alla funzione onnipotente del terapeuta. La funzione che si vuole evidenziare è quella di risveglio creativo che l'arte può avere nello scorgere una luce nel bosco e di utilizzo dell'*holding environment* come ambiente caldo in cui ritrovare gli aspetti vitali attraverso cui ricontattare le risorse interiori che ci guidano verso altre fasi di vita. È un incontro tra vecchi, ma anche tra bambini interni, contatto fra paure condivise e possibilità di accompagnamento terapeutico, in un mondo d'immagini del mondo fluttuante, *Ukiyo-e*.¹²

2 - Luci ed Ombre

Il laboratorio prende spunto dalla riflessione sulla coesistenza degli opposti che, riconosciuti e metabolizzati, portano all'individuazione e alla libertà di essere se stessi. Lo studio dell'ombra ha per secoli impegnato filosofi, letterati, artisti e scienziati, ognuno dei quali ha cercato di darne una spiegazione. Le ombre sono seducenti perché strane, immateriali, prive di consistenza, crescono, decrescono, scompaiono e ricompaiono, sono attaccate al corpo ma non si lasciano catturare, hanno la capacità di riprodurre la forma degli oggetti variandone le dimensioni e la forma secondo l'angolo di proiezione della luce. Sono una rappresentazione incompleta di un oggetto, una silhouette in cui solo il contorno è rappresentato. Possono fare le veci dell'oggetto che le proietta diventandone un duplicato.

Aspettate, lasciate durare questa penombra. Guardate come ogni persona e ogni oggetto pigliano in questa semioscurità un aspetto più misterioso; sono i fantasmi degli esseri e delle cose che ci appaiono; fantasmi che una volta accesa la luce spariscono nel loro regno ignoto. Ora i contorni si sfumano, come in pittura, nelle epoche in cui il mestiere giunge al suo più alto grado di perfezione.¹³

Ma l'ombra è anche oscurità che può proteggere e dominare. È una compagna fedele dell'uomo, che lo accompagna e lo segue durante tutto il corso della vita, prova visibile dell'esistenza e della fisicità del suo corpo. Basti pensare al divieto per i buddisti di calpestare l'ombra dei monaci, atto ritenuto spregevole quanto il calpestare la loro stessa persona. Nel mito della caverna di Platone, le ombre diventano simbolo della prima forma di conoscenza di un'umanità prigioniera delle percezioni sensoriali, che non è in grado di voltarsi per guardare direttamente la vera luce del sole posta alle loro spalle. La dicotomia ombra/luce, dove la luce rappresenta la verità, la certezza e la salvezza, mentre le ombre rappresentano una parvenza deformata e ingannevole della realtà, affonda le sue radici nel mito di Platone e si perpetua nel corso dei secoli. Nella storia della pittura e del disegno le ombre sembrano avere importanza nelle fasi di maggior naturalismo. Ernst Gombrich sottolinea che fino alla rivoluzione della pittura moderna, le ombre sembrano far parte del bagaglio tecnico dei pittori che intendono stupirci per gli effetti di verosimiglianza.¹⁴

L'ombra [...] è da esser chiamata alleviamento di lume applicato alla superficie de' corpi [...]. Ombra è privazione di luce, e solo opposizione de' corpi densi opposti ai raggi luminosi [...]. L'ombra è diminuzione di luce; tenebre è privazione di luce.¹⁵

Caravaggio usa l'ombra ottenendo insieme realismo e suggestione. L'ombra in cui siedono i personaggi della *Vocazione di San Matteo* viene spezzata dalla luce radente che entra insieme a Cristo, e se è proverbiale parlare della luce di Caravaggio, non si deve dimenticare che quella luce si manifesta proprio attraverso il contrasto con l'ombra. In *Pubertà* Edvard Munch proietta sulla parete della stanza di una fanciulla un'ombra che non è realistica, una macchia informe e misteriosa, carica di inquietudine. È un caso di forte e penetrante uso dell'ombra, che viene a gravarsi di allusioni e presagi, non sorretto da regole geometriche di rappresentazione. Nella pittura metafisica di Giorgio De Chirico l'ombra sarà investita di attributi narrativi complessi e misteriosi. Ombre, calchi di gesso, manichini, sono doppi attraverso i quali l'uomo può accedere al palcoscenico del

quadro. Sono figure vicarie, che occupano il posto lasciato vuoto dall'uomo. Le ombre come annunciazione di un evento, di qualcosa di non precisato che sta per accadere ma che non accadrà mai, assumono il senso dell'attesa, di una sospensione, di una minaccia, ma rappresentano pur sempre un ricalco dell'uomo, la sua costante compagna, con un'insistenza che può scivolare in una figura estranea e persecutrice. In *Autoritratto con la propria ombra* del 1920, si presenta in primo piano il ritratto dell'artista e, alle sue spalle, la sua ombra voltata che mostra il profilo. L'attenzione, dapprima catturata dallo sguardo del pittore, si sposta sulla figura alle sue spalle, la sua ombra. È come se l'autore ci invitasse ad osservare un'altra parte di sé. Nelle varianti di Andy Warhol l'ombra è ridotta alla sua essenza e assume un'identità paradigmatica: non mostra la fonte originaria, è slegata dal suo creatore, esiste per se stessa, è un'immagine creata apposta per rappresentare il nulla. Grazie all'uso dei colori l'artista è riuscito a creare un ritmo e una varietà che in origine le ombre non possedevano.

Ma, a volte, l'ombra anche nell'arte viene negata. Matisse non usa ombre, ne *La Danza*, uomini e donne danzano sopra un prato verde senza lasciare tracce; l'ombra non appartiene a questo mondo. Matisse preferisce vivere il colore, la luce, le linee, ma non l'ombra. Come nell'arte anche nella psicologia analitica, l'ombra assume un'importanza centrale. Per Carl Gustav Jung il termine "ombra" indica il lato oscuro della personalità, contrapposto all'Io cosciente. Evoca il contrasto e il rapporto complementare tra luce ed ombra, tra chiaro e scuro, il quale ci permette, di fronte a un'immagine, di percepire la corporeità e la profondità di ciò che viene rappresentato. Così Jung descrive il lato oscuro della vita cosciente dell'uomo:

Ognuno di noi è seguito da un'ombra e, meno questa è incorporata nella vita conscia dell'individuo, tanto più è nera e densa [...]. Se le tendenze dell'ombra, che vengono rimosse, non rappresentassero altro che il male, non esisterebbe alcun problema. Ma l'ombra rappresenta solo qualcosa di inferiore, primitivo, inadatto e goffo e non è male in senso assoluto. Essa comprende fra l'altro delle qualità inferiori, infantili e primitive, che in un certo senso renderebbero l'esistenza umana più vivace e più bella; ma urtano contro regole consacrate della tradizione.¹⁶

In questo senso l'ombra è strettamente connessa alla capacità creativa e non è solo privazione di luce, ma un elemento fondamentale all'interno della psiche. Quindi, la configurazione della psiche è una compresenza di aspetti opposti: io e non io, conscio e inconscio, positivo e negativo, luce ed ombra. Il riconoscere e metabolizzare gli opposti porta all'individuazione. La conoscenza dei propri aspetti luminosi ed ombrosi dà inizio all'individuazione del sé. Il primo aspetto dell'individuazione consiste nel differenziarsi, comprendere che si è portatori di un valore e di un significato unico. L'altro aspetto è l'integrazione, cioè il cercare di mettere insieme tutte le parti della nostra vita psichica. A dimostrazione di ciò in *Empiria del processo di individuazione* Jung, commentando il mandala di una paziente scrive:

Accettando il buio la paziente non l'ha trasformato in luce; pur tuttavia essa ha acceso una luce che illumina l'oscurità dall'interno. Di giorno non c'è bisogno di luce e, se non si sa che è notte nessuno l'accende; né viene accesa la luce, almeno che non si sia sofferto della paura del buio.¹⁷

L'incontro con se stessi significa prima di ogni cosa l'incontro con la propria ombra che diventa male solo se rimane scissa da noi, inconscia e negata. Ma anche l'analista deve fare i conti con la propria ombra, solo riuscendo ad "andare a braccetto con essa" può svolgere la sua funzione. Il terapeuta, come guaritore ferito, per guarire l'altro deve dividerne il dolore, accettare il contagio, lasciarsi contaminare dalle immagini del paziente, creare egli stesso immagini riferite al paziente e con il paziente, elaborare con lui la materia, qualunque essa sia, che porta in seduta. Proprio partendo da queste riflessioni, durante il laboratorio, ogni partecipante lascia fluire su uno spazio "altro" (il foglio) le immagini che sintetizzano il sentire e che possono indicare il lavoro analitico.

Gli incontri rispecchiano la metafora dell'alchimia che utilizza Jung per descrivere il processo terapeutico e, quindi, anche quello creativo. Le fasi del processo alchemico sono: la *nigredo*, la materia al nero, la *putrefactio*, contrassegnata dal colore nero e dal piombo, dalla separazione e dalla solitudine; l'*albedo*, contrassegnata dal bianco, unione di molti colori simboli della compresenza e dell'unione dei

contrari; la *citrinitas*, contrassegnata dal colore giallo, apertura e promessa di successo; la *rubedo*, il rosso e l'oro o Pietra Filosofale, l'esito perfetto, ma non definitivo, della dolorosa trasformazione degli elementi. Allo stesso modo, le fasi del processo analitico, mutate dalla metafora alchemica, sono le seguenti:

1. la *nigredo* è il momento in cui il paziente scopre il disagio, percepisce il dispiegamento dell'angoscia all'interno della relazione terapeutica già percepita come sicura e accogliente;



Fig. 5 - Laboratorio di Arteterapia Nigredo.

2. l'*albedo* è la fase della scoperta, da parte del paziente e del terapeuta, delle risorse personali del paziente e dell'affacciarsi della speranza di risoluzione dei propri nodi;

3. la *citrinitas* è il periodo dell'acquisizione del linguaggio simbolico e della possibilità reale di trasformazione; è il momento in cui paziente e terapeuta comunicano reciprocamente attraverso il simbolo;

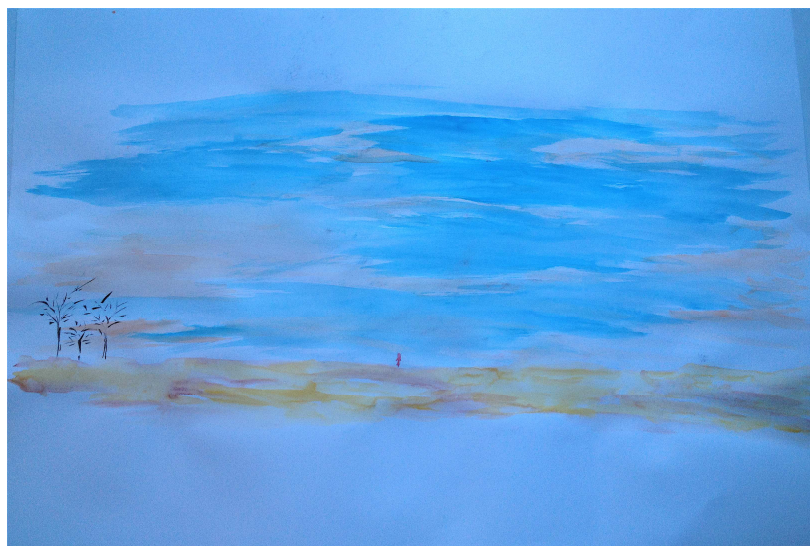


Fig. 6 - Laboratorio di Arteterapia Albedo.

4. la *rubedo* segna la trasformazione e la coscienza di essa, il loro consolidamento nella nuova materia psichica, a cui seguirà il desiderio del paziente di separarsi dalla sua guida e di camminare con le proprie forze;

Anche l'utilizzo dei materiali artistici riflette il processo; infatti mentre all'inizio i materiali sono più duri (pastelli a cera e gessetti), il supporto più pesante (cartoncino) ed è prevalente l'utilizzo del colore nero in tutti i lavori, più avanti si va nel processo più i materiali si "alleggeriscono": il supporto diventa la carta-pacchi bianca, c'è l'uso di acqua per utilizzare tempere e acquarelli che vengono sfumati, si usa anche la carta velina per il collage. Negli ultimi lavori si nota l'andamento circolare che ricorda i mandala e la predominanza dei colori del rosso e dell'oro, che rappresentano la fase finale della Grande Opera, in cui gli opposti, luce ed ombra, possono finalmente coesistere.



Fig. 7 - Laboratorio di Arteterapia Citrinitas.



Fig. 8 - Laboratorio di Arteterapia Rubedo.

GABRIELLA CINÀ - Psicologa, arteterapeuta ATI, psicoterapeuta ad indirizzo junghiano in formazione, perfezionata in Psiconcologia e Counseling, da diversi anni si occupa di Medical Art Therapy; ha esperienza pluriennale nell'ambito del disagio psichico, della disabilità e dei disturbi d'adattamento reattivi alle malattie organiche.

SIMONA ITALIA - Psicoterapeuta espressivo e psiconcologa. Lavora a Catania, dove per molti anni ha operato nel campo dell'Oncologia Pediatrica dove ha potuto sperimentare l'importanza dell'arte terapia nel processo di sostegno e cura sia dei piccoli pazienti, che dei genitori e l'equipe curante. Ad oggi si dedica all'attività privata in cui l'arteterapia continua ad essere il metodo di cura principale.

NOTE

¹ R. Arnheim, *Arte e percezione visiva*, Feltrinelli, Milano 2008.

² B. Edwards, *Il nuovo disegnare con la parte destra del cervello*, Longanesi, Milano 2002.

³ M. Watkins, *Sei approcci all'immagine*, Centro di documentazione ATI.

⁴ A. Archipenko, *L'arte e l'universo*, a cura di E. Pontiggia, Amadeus, Soligo (TV) 1988.

⁵ A. Robbins, D. Goffia-Girasek, *Materials a san extension of the holding environment*, Centro di documentazione ATI.

⁶ M. Machella, Centro di documentazione ATI.

⁷ *Ibid.*

⁸ F. Jullien, *La grande immagine non ha forma*, Angelo Colla Editore, Vicenza 2003.

⁹ R. M. Rilke, *Worpswede*, 1902, trad. it. A. Iadicicco, Claudio Gallone Editore, Milano 1998, pp. 60-61.

¹⁰ M. Della Cagnoletta, *Arteterapia. La prospettiva psicodinamica*, Carocci, Roma 2010.

¹¹ F. Fromm-Reichmann, *La solitudine*, in *Solitudine e nostalgia*, a cura di Aa.Vv., Bollati Boringhieri, Torino 2002.

¹² C. Pinkola-Estes, *Donne che corrono coi lupi*, Frassinelli, Torino 1993.

¹³ G. De Chirico, *Ebdomeros*, SE, Milano 1999.

¹⁴ E. H. Gombrich, *Ombre. La rappresentazione dell'ombra portata nell'arte occidentale*, Einaudi, Torino 1996.

¹⁵ L. Da Vinci, *Trattato della pittura*, Newton Compton Editori, Roma 1996.

¹⁶ C. G. Jung, *Psicologia e religione*, in *Opere*, Vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino 1979, pp. 82-84.

¹⁷ C. G. Jung, *Empiria del processo di individuazione*, in *Opere*, Vol. IX, Bollati Boringhieri, Torino 1980.